

# 社会支持对家长总体幸福感的影响机制： 心理弹性和亲职压力的链式中介

蒙春丽<sup>1,2</sup>, 邱晓晴<sup>1,2</sup>, 黄靖敏<sup>1,2</sup>, 徐浩滢<sup>1,2</sup>, 吴启梵<sup>1,2</sup>, 沈华彬<sup>1,2</sup>, 郑剑虹<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>岭南师范学院心理系, 广东 湛江

<sup>2</sup>广东省特殊儿童发展与教育重点实验室, 广东 湛江

收稿日期: 2023年6月19日; 录用日期: 2023年7月24日; 发布日期: 2023年7月31日

## 摘要

目的: 了解当下家长的心理健康水平和社会支持现状, 并探讨心理弹性和亲职压力在社会支持与总体幸福感间的链式中介作用, 为提出改善家长心理健康状况的方法提供实证依据。方法: 采用总体幸福感量表、社会支持评定量表、心理弹性量表、亲职力量表简表对989名16周岁及以下孩子的家长进行调查。结果: (1) 家长幸福感、心理弹性得分处于一般水平、社会支持得分较低、亲职压力得分较高; (2) 社会支持正向预测幸福感; (3) 家长心理弹性和亲职压力在社会支持与总体幸福感之间起链式中介作用。结论: 研究结果揭示了社会支持影响幸福感的心理机制, 社会支持不仅能直接影响家长的幸福感, 还能通过心理弹性和亲职压力的链式中介作用影响幸福感。

## 关键词

社会支持, 总体幸福感, 心理弹性, 亲职压力, 链式中介

# Mechanisms of Social Support Effects on General Parental Well-Being: A Chain Mediator of Resilience and Parenting Stress

Chunli Meng<sup>1,2</sup>, Xiaoqing Qiu<sup>1,2</sup>, Jingmin Huang<sup>1,2</sup>, Haoying Xu<sup>1,2</sup>, Qifan Wu<sup>1,2</sup>,  
Huabin Shen<sup>1,2</sup>, Jianhong Zheng<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Department of Psychology, Lingnan Normal University, Zhanjiang Guangdong

<sup>2</sup>Guangdong Provincial Key Laboratory of Development and Education for Special Needs Children, Zhanjiang Guangdong

Received: Jun. 19<sup>th</sup>, 2023; accepted: Jul. 24<sup>th</sup>, 2023; published: Jul. 31<sup>st</sup>, 2023

文章引用: 蒙春丽, 邱晓晴, 黄靖敏, 徐浩滢, 吴启梵, 沈华彬, 郑剑虹(2023). 社会支持对家长总体幸福感的影响机制: 心理弹性和亲职压力的链式中介. *心理学进展*, 13(7), 3009-3021. DOI: 10.12677/ap.2023.137373

## Abstract

**Objective:** To understand the current level of mental health and social support of parents, and to explore the chain mediating role of resilience and parenting stress between social support and overall well-being, and to provide an empirical basis for proposing methods to improve parents' mental health. **Methods:** 989 parents of children aged 16 years and younger were surveyed using the General Well-Being Scale, Social Support Rating Scale, Connor-Davidson Resilience Scale, and Parenting Stress Scale Index-Short Form. **Results:** (1) Parents' well-being and resilience scores were at an average level, social support scores were low, and parental stress scores were high; (2) social support positively predicted well-being; (3) parental resilience and parenting stress played a chain mediating role between social support and overall well-being. **Conclusion:** The findings reveal the psychological mechanisms by which social support affects well-being, and that social support not only directly affects parental well-being, but also influences well-being through the chain mediating effect of resilience and parenting stress.

## Keywords

Social Support, General Well-Being, Resilience, Parenting Stress, Chain Mediation

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 问题提出

健康是促进个体全面发展的必然要求，是经济社会发展的基础条件。实现国民健康长寿，是国家富强、民族振兴的重要标志，也是全国各族人民的共同愿望。党和国家历来高度重视人民的身心健康。随着健康中国 2030 战略的提出，个人的身心健康问题受到高度关注。有研究指出，社会支持对个体的健康成长具有积极作用。Lin 和 Yeh (2014)认为，社会支持能影响个体的认知评价，从而提高个体对环境的适应性。面临压力时，个体接受到的社会支持不仅能减轻压力，还能消除心理障碍，从而提高心理健康水平。社会支持这一概念的提出时间最早可以追溯到 20 世纪 50 年代，出现在生活压力对身心健康的影响研究中。刘晓, 黄希庭(2010)指出社会支持是一个既包括个体内在认知因素又包括环境因素的多维度概念，它作为科学研究的专业术语，其内涵尚未达成统一。随着社会不断发展，研究者重视社会支持对个体的影响。大量的研究成果表明社会支持和个人心理健康的关系具有重要意义，也促使研究者们对社会支持进行多维度、多层次的研究。

近二十年来积极心理学不断发展，社会支持研究的重心也随之改变，从探究其与心理压力、心理障碍等消极方面的关系转移到与幸福感、心理弹性和自我成长等积极方面的关系(张羽, 邢占军, 2007)。积极心理学认为幸福是人生的最终目标，追求幸福是每一个人的生活动力。幸福感在人类身心健康中发挥着重要影响，它使个体在人际和能力、健康和寿命、家庭和事业等方面都获得好处(宋佳萌, 范会勇, 2013)。

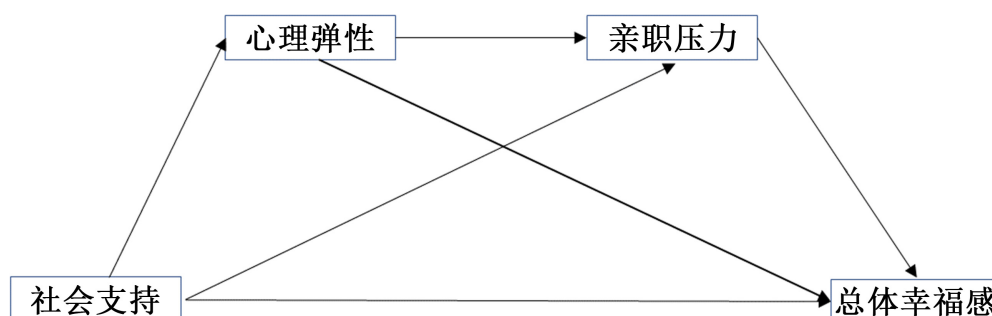
总体幸福感是指个体根据自己设定的目标对生活质量做出的整体评价，包括认知评价和情感体验两个成分。幸福感为衡量个体生活质量水平提供了客观指标，反映了个体在主观上对生活状况的满意程度。个体的幸福感受到内部和外部因素的影响，包括自尊、经济、社会支持等因素。跨文化研究发现，在东方集体主义文化下，社会支持是预测个体幸福感的主要因素之一，集体主义强调人与人的相互依存、相

互联结(Uchida, 2004; Kitayama, 2007)。以往的相关研究表明, 社会支持与个体的主观幸福感和积极情感呈显著正相关, 与消极情感呈显著负相关(贾继超等, 2014; 孔凤等, 2012)。有研究表明, 在群体中获得社会支持高的个体, 幸福感强, 反之就弱(倪林英, 吴志民, 2019)。西方的相关研究同我国的研究结论相一致, 认为社会支持对主观幸福感有重要的预测作用(Ratelle, 2013; Siedlecki, 2014)。由此, 提出研究假设 1: 社会支持正向预测总体幸福感。

心理弹性是指个体灵活应对困难情境和克服逆境的能力, 个人的成长离不开这种积极适应的心理品质(史光远等, 2013)。个体的心理弹性水平可以有效预测其应对危机的效果, 高水平心理弹性的个体往往感知到更少的负面情绪(张光珍等, 2017)。通过提高心理弹性水平, 个体能更好地适应心理压力, 进而提高生活质量。相关研究表明, 心理弹性显著负向预测抑郁、焦虑和压力(叶艳等, 2014), 是维持个体心理健康的关键因素。心理弹性的发展和形成除了与个人的先天素质有关外, 还离不开社会支持等外部条件。有研究表明, 社会支持与心理弹性的关系呈显著正相关(孙仕秀等, 2013), 获得更多社会支持的人往往具有更好的社会心理功能, 能较好地适应内外部压力源。如今研究者对社会支持和幸福感的研究不再局限于对其直接作用的探讨, 而是开始关注其他因素的间接作用, 比如心理弹性、自尊等。在对特殊儿童父母的研究中发现, 心理弹性在领悟社会支持和幸福感的关系中起到中介作用(邱俊杰, 郑剑虹, 2021)。据此做出假设 2: 心理弹性在社会支持与总体幸福感之间起中介作用。

亲职压力, 也称教养压力, 指个体在承担其家庭义务和抚养后代过程中产生的特定形式的压力, 受到个体人格特质、其子女人格特质、亲子互动情况以及家庭环境等因素的影响。研究表明, 亲职压力负向预测个体的幸福感(Wu, 2008; Lavee, Sharlin, & Katz, 1996)。Hastings (2003)的研究表明, 亲职压力处于高水平的家长, 会伴有长期的焦虑、抑郁等负面感受, 个体感知到的幸福感水平降低, 这揭示了亲职压力负向预测幸福感。如何缓解家长的亲职压力以提升其身心健康水平一直是特殊教育研究领域的热门主题。一系列的应对措施中, 社会支持受到了较多的关注。关文军等(2015)指出社会支持有助于压力的缓解, 个体免受压力困扰的同时, 精神状态也得到了改善。陈玮婷(2012)通过对身心障碍者家长和普通儿童家长之间的比较研究发现, 社会支持和生活品质二者具有正相关性, 且都与亲职压力具有负相关性。国外研究也得出有关结论, 认为社会支持、亲职压力和生活品质三者之间有紧密的联系(Gage & Christensen, 1991)。故提出假设 3: 亲职压力在社会支持与总体幸福感之间起中介作用。

心理弹性水平高的个体可能报告出较少的亲职压力, 倪俊伟等(2017)通过研究脑瘫儿童家长, 揭示了亲职压力和心理弹性之间的关系, 个体可以通过提高心理弹性的方式降低亲职压力。较高的亲职压力导致消极情绪和想法的产生, 对家长的幸福感和生活质量会造成一定程度的影响, 对于履行父母义务的个体, 生活质量和身心健康与亲职压力密不可分。所以提出研究假设 4: 心理弹性和亲职压力在社会支持和总体幸福感之间起链式中介作用, 假设模型具体如图 1 所示。



**Figure 1.** Hypothesis of a chain mediator model between resilience and parental stress in social support and well-being  
**图 1.** 心理弹性和亲职压力在社会支持与幸福感间的链式中介模型假设

## 2. 研究方法

### 2.1. 被试

研究采取随机抽样的方式,通过问卷星平台向16周岁及以下儿童的家长问卷发放电子问卷,共回收问卷1233份,有效问卷989份(有效率为80.21%)。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 总体幸福感量表

采取由美国国立卫生统计中心制定的总体幸福感量表(GWB)。原量表共33道题目,因后15道主要是测量精神疾病等情况,不适合非临床研究,故采用以往研究的做法通过前18道题目总分作为幸福感的指标。在本研究中,该量表Cronbach's  $\alpha$  系数为0.80。

#### 2.2.2. 社会支持评定量表

采用肖水源(1994)编制的社会支持评定量表(SSRS),该量表分为主观支持、客观支持和对社会支持的利用度3个维度,共10个条目,问卷总分为10个条目之和,总分越高,表示所获社会支持越多。重测信度为0.92,各项目一致性在0.89~0.94之间,信效度较好(肖水源,1994)。

#### 2.2.3. 心理弹性量表

采用由Connor和David编制,由于肖楠,张建新(2007)修订的心理弹性量表(CD-RISC)。量表包括乐观性、坚韧性和力量性3个维度,共25题,总分为各项目之和,总分越高,说明个体的心理弹性水平越高。在本研究中,该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.96。

#### 2.2.4. 亲职压力量表简表

采用由Abidin等编制,任文香(1995)翻译并修订的亲职压力量表简表(PSI-SF),包括亲职愁苦、亲子互动失调、困难儿童3个维度,共36个条目,计分方式采用Likert5级计分法,得分越高,感受到的亲职压力越大,总分大于90分,说明抚养者在养育过程中承受着较高水平的亲职压力。在本研究中,该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.97。

### 2.3. 数据处理与分析

回收问卷后,本研究将填写时间过短及问卷得分超过三个标准差的极端值视为无效问卷,予以剔除,采用SPSS22.0统计软件对数据进行统计与分析,主要运用的分析方法有描述统计、相关分析、方差分析、链式中介效应分析。

## 3. 研究结果

### 3.1. 共同方法偏差检验

由于本研究问卷数据均为被试自我报告,因此需要采用Harman单因素检验法进行共同方法偏差检验,即将所有变量的项目进行未旋转的主成分因素分析。结果显示,存在特征根大于1的因子有13个,第一个因子解释的变异量为30.18%,小于40%的临界值。因此可以认为本研究不存在严重的共同方法偏差问题。

### 3.2. 描述统计和相关分析

#### 3.2.1. 描述统计

对家长的总体幸福感、社会支持、心理弹性和亲职压力得分进行描述性统计,结果如表1所示。

**Table 1.** Parental general well-being, social support, resilience, and parenting stress status table ( $N = 989$ )**表 1.** 家长总体幸福感、社会支持、心理弹性、亲职压力现状表( $N = 989$ )

变量	$N$	$M$	$SD$
总体幸福感	989	78.53	13.37
社会支持	989	41.87	7.42
心理弹性	989	66.80	18.00
亲职压力	989	96.38	27.98

针对各量表计分规则, 算出各水平区间如下: (1) 幸福感得分  $< 62$  分为较低水平,  $62\sim 93$  分为一般水平,  $>93$  分为较高水平; (2) 社会支持量表得分  $< 50$  分为较低水平,  $50\sim 72$  分为一般水平,  $>72$  分为较高水平; (3) 心理弹性得分  $< 50$  分为较低水平,  $50\sim 75$  分为一般水平,  $>75$  分为较高水平; (4) 根据亲职压力量表计分规则,  $\leq 85$  分为正常水平,  $86\sim 90$  分为临界高水平,  $91\sim 98$  分为高水平,  $\geq 99$  分为非常高水平。据上述量表的计分规则可知家长的幸福感和心理弹性处于一般水平, 社会支持水平较低, 亲职压力处于高水平。

### 3.2.2. 相关分析

对幸福感、社会支持、心理弹性和亲职压力进行皮尔逊相关分析, 结果显示幸福感与社会支持、心理弹性均呈显著正相关; 社会支持与心理弹性呈显著正相关; 亲职压力与幸福感、社会支持、心理弹性均呈显著负相关, 结果见表 2。家长年龄与幸福感、社会支持、心理弹性和亲职压力显著相关、儿童年龄与社会支持显著相关、家庭角色与幸福感、社会支持和亲职压力显著相关、文化程度与心理弹性显著相关, 后续进行链式中介效应检验将作为控制变量。

**Table 2.** Correlation of the variables ( $N = 989$ )**表 2.** 各变量的相关关系( $N = 989$ )

变量	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 家长年龄	1							
2. 儿童年龄	0.47**	1						
3. 家庭角色	-0.48	0.05	1					
4. 文化程度	-0.14**	-0.25**	-0.03	1				
5. 总体幸福感	0.11**	0.04	0.08*	0.02	1			
6. 社会支持	0.14**	0.14**	0.13**	0.03	0.51**	1		
7. 心理弹性	0.10**	0.02	0.005	0.13**	0.41**	0.44**	1	
8. 亲职压力	-0.07*	0.02	-0.11**	-0.05	-0.56**	-0.48**	-0.39**	1

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ , 下同。

### 3.3. 基本信息在不同变量的得分差异

为详细了解家长的人口学变量在不同量表的得分差异, 对其进行  $F$  检验, 具体数据如表 3 所示。

家长年龄在幸福感得分上主效应显著( $F(3,985) = 4.57, p < 0.01$ ), 社会支持得分上主效应显著( $F(3,985) = 11.09, p < 0.001$ ), 心理弹性得分上主效应显著( $F(3,985) = 7.89, p < 0.001$ )。事后检验表明(见表 4), 年龄在 31~50 岁家长幸福感、社会支持和心理弹性得分高于年龄在 20~30 岁的家长, 年龄在 51 岁及以上的家长幸福感得分高于 20~40 岁的家长, 且社会支持得分高于年龄在 20~30 岁的家长。



**Table 3.** Demographic variables on each test for differences on the scales ( $N = 989$ )  
**表 3.** 人口学变量在各量表上的差异检验( $N = 989$ )

基本信息	水平	个数	总体幸福感	社会支持	心理弹性	亲职压力
家长 年龄	20~30 岁	177	75.95 ± 12.29	39.06 ± 8.11	60.97 ± 17.12	99.94 ± 26.57
	31~40 岁	505	78.52 ± 13.38	42.46 ± 7.22	68.40 ± 17.81	96.50 ± 29.07
	41 岁~50 岁	288	79.69 ± 13.67	42.38 ± 6.85	67.42 ± 18.09	94.15 ± 26.98
	51 岁及以上	19	85.26 ± 14.28	44.47 ± 8.44	69.11 ± 20.06	93.84 ± 24.40
	<i>F</i>	989	4.57**	11.09***	7.89***	1.62
儿童 年龄	6 岁及以下	243	77.09 ± 12.67	40.10 ± 7.66	64.53 ± 17.47	97.03 ± 26.53
	7~12 岁	573	79.23 ± 13.88	42.25 ± 7.36	68.28 ± 18.49	95.13 ± 28.86
	13~16 岁	173	78.27 ± 12.45	43.10 ± 6.86	65.07 ± 16.65	99.58 ± 26.87
	<i>F</i>	989	2.22	10.19***	4.72**	1.77
家庭 角色	父亲	327	76.96 ± 13.31	40.27 ± 7.78	66.08 ± 18.62	101.03 ± 28.36
	母亲	636	79.26 ± 13.41	42.73 ± 7.07	67.47 ± 17.58	93.97 ± 27.46
	其他	26	80.58 ± 11.38	41.04 ± 7.97	59.42 ± 18.87	96.65 ± 29.70
	<i>F</i>	989	3.53*	12.34***	2.89	6.95***
文化 程度	初中及以下	223	78.68 ± 13.23	42.02 ± 7.12	64.87 ± 17.52	98.04 ± 25.51
	中专/高中	274	77.33 ± 13.79	40.79 ± 8.01	63.82 ± 19.19	98.50 ± 26.95
	大专/本科	447	79.26 ± 13.27	42.58 ± 7.10	68.89 ± 17.37	93.72 ± 28.63
	研究生及以上	45	77.87 ± 12.16	40.58 ± 7.55	73.62 ± 14.81	101.62 ± 36.64
	<i>F</i>	989	1.23	3.83**	7.68***	2.68*

**Table 4.** Post hoc tests of parental age in resilience, general well-being, and social support  
**表 4.** 家长年龄在心理弹性、总体幸福感和社会支持的事后检验

变量	<i>I</i>	<i>J</i>	<i>M(I-J)</i>	<i>SE</i>	<i>p</i>
心理弹性	20~30 岁	31~40 岁	-7.42	1.56	0.001
		41~50 岁	-6.45	1.70	0.001
		51 岁及以上	-8.13	4.30	0.059
	31~40 岁	41~50 岁	0.97	1.32	0.460
		51 岁及以上	-0.70	4.16	0.865
总体幸福感	20~30 岁	31~40 岁	-2.57	1.16	0.027
		41~50 岁	-3.73	1.27	0.003
		51 岁及以上	-9.30	3.21	0.004
	31~40 岁	41~50 岁	-1.16	0.98	0.237
		51 岁及以上	-6.73	3.10	0.030
社会支持	20~30 岁	31~40 岁	-3.40	0.69	0.001
		41~50 岁	-3.32	0.73	0.001
		51 岁及以上	-5.41	2.03	0.002
	31~40 岁	41~50 岁	0.08	0.52	0.880
		51 岁及以上	-2.01	1.96	0.239
41~50 岁	51 岁及以上	-2.09	1.98	0.227	

儿童年龄在社会支持得分上主效应显著( $F(2, 986) = 10.19, p < 0.001$ ), 心理弹性得分上主效应显著( $F(2,986) = 4.72, p < 0.01$ )。事后检验表明(见表 5), 抚养 7~16 岁儿童的家长的社会支持得分高于抚养 6 岁及以下儿童的家长, 抚养 7~12 岁儿童的家长的心理弹性得分高于抚养 6 岁及以下和 13~16 岁儿童的家长。

**Table 5.** Post hoc tests of children's age in social support and resilience

**表 5.** 儿童年龄在社会支持和心理弹性的事后检验

变量	I	J	M(I-J)	SE	p
社会支持	6 岁及以下	7~12 岁	-2.14	0.56	0.001
		13~16 岁	-2.99	0.73	0.001
	7~12 岁	13~16 岁	-0.85	0.63	0.183
心理弹性	6 岁及以下	7~12 岁	-3.75	1.37	0.006
		13~16 岁	-0.54	1.78	0.761
	7~12 岁	13~16 岁	3.21	1.55	0.039

家庭角色在幸福感得分上主效应显著( $F(2,986) = 3.53, p < 0.05$ ), 社会支持得分上主效应显著( $F(2,986) = 12.34, p < 0.001$ ), 亲职压力得分上主效应显著( $F(2,986) = 6.95, p < 0.001$ )。事后检验表明(见表 6), 母亲的幸福感和社会支持得分高于父亲, 但母亲的亲职压力得分低于父亲。

**Table 6.** Post hoc tests of family roles in overall well-being, parenting stress, and social support

**表 6.** 家庭角色在总体幸福感、亲职压力和社会支持的事后检验

变量	I	J	M(I-J)	SE	p
总体幸福感	父亲	母亲	-2.30	0.90	0.011
		其他	-3.62	2.71	0.183
	母亲	其他	-1.31	2.66	0.621
亲职压力	父亲	母亲	7.05	1.89	0.001
		其他	4.37	5.66	0.440
	母亲	其他	-2.68	5.56	0.630
社会支持	父亲	母亲	-2.46	0.51	0.001
		其他	-0.77	1.62	0.605
	母亲	其他	1.69	1.58	0.250

文化程度在社会支持得分上主效应显著( $F(3,985) = 3.83, p < 0.01$ ), 心理弹性得分上主效应显著( $F(3,985) = 7.68, p < 0.001$ ), 亲职压力得分上主效应显著( $F(3,985) = 2.68, p < 0.05$ )。事后检验表明(见表 7), 接受过大专和本科教育的家长的社会支持得分高于接受过中专和高中教育的家长, 接受过大专及以上教育的家长的心理弹性得分高于接受过初中及以下、中专和高中教育的家长, 不同文化程度的家长在亲职压力得分上的事后检验不具有显著性。

**Table 7.** Post hoc tests of literacy in social support, resilience, and parenting stress  
**表 7.** 文化程度在社会支持、心理弹性和亲职压力的事后检验

变量	I	J	M(I-J)	SE	p
社会支持	初中及以下	中专/高中	1.23	0.67	0.065
		大专/本科	-0.56	0.58	0.354
		研究生及以上	1.44	1.22	0.232
	中专/高中	大专/本科	-1.79	0.58	0.002
		研究生及以上	0.21	1.22	0.857
		大专/本科	2.00	1.17	0.083
心理弹性	初中及以下	中专/高中	1.05	1.64	0.512
		大专/本科	-4.02	1.64	0.006
		研究生及以上	-8.74	1.43	0.003
	中专/高中	大专/本科	-5.07	1.42	0.001
		研究生及以上	-9.80	2.49	0.001
		大专/本科	-4.72	2.35	0.090
亲职压力	初中及以下	中专/高中	-0.46	2.36	1.000
		大专/本科	4.31	2.18	0.256
		研究生及以上	-3.58	5.72	0.990
	中专/高中	大专/本科	4.78	2.11	0.137
		研究生及以上	-3.11	5.69	0.995
		大专/本科	-7.90	5.62	0.664

### 3.4. 心理弹性、亲职压力在社会支持与总体幸福感的链式中介作用

对所有变量进行标准化处理(不包含人口学变量), 采用 Bootstrap 方法(样本量 5000, 95%置信区间; Model 6; Hayes, 2018)验证链式中介作用, 以社会支持为自变量, 以总体幸福感为因变量, 以心理弹性和亲职压力作为链式中介变量, 以家长年龄、儿童年龄、家庭角色和文化程度作为控制变量。结果显示社会支持对幸福感的直接效应显著( $\beta = 0.25, p < 0.001$ ); 社会支持显著正向预测心理弹性( $\beta = 0.44, p < 0.001$ ), 显著负向预测亲职压力( $\beta = -0.38, p < 0.001$ ); 心理弹性显著负向预测亲职压力( $\beta = -0.22, p < 0.001$ ), 显著正向预测幸福感( $\beta = 0.15, p < 0.001$ ); 亲职压力显著负向预测幸福感( $\beta = -0.38, p < 0.001$ ), 具体结果见表 8。

**Table 8.** Regression analysis of chain mediation model of resilience and parenting stress  
**表 8.** 心理弹性和亲职压力链式中介模型的回归分析

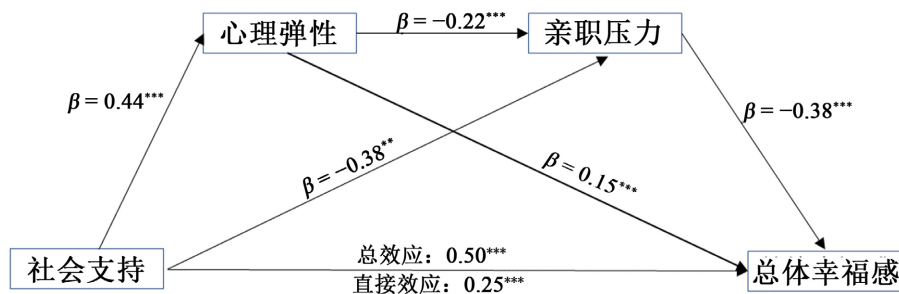
预测变量	模型 1 (心理弹性)		模型 2 (亲职压力)		模型 3 (幸福感)	
	$\beta$	t	$\beta$	t	$\beta$	t
家长年龄	0.07	2.24*	-0.05	-1.43	0.04	1.37
儿童年龄	-0.04	-1.26	0.11	3.33**	-0.02	-0.61
文化程度	0.11	3.92***	0.01	0.38	-0.02	-0.83
家庭角色	-0.05	-1.57	-0.06	-2.24*	0.01	0.42
社会支持	0.44	15.19***	-0.38	-12.34***	0.25	8.43***
心理弹性			-0.22	-7.09***	0.15	5.16***
亲职压力					-0.38	-13.23***
R <sup>2</sup>	0.22		0.27		0.40	
F	53.89***		62.81***		96.33***	



中介效应检验结果显示(见表9和图2),心理弹性和亲职压力的中介效应值的 Bootstrap 95%置信区间均不包含 0, 说明心理弹性和亲职压力是社会支持与总体幸福感的中介变量。具体而言, 心理弹性和亲职压力中介效应由以下 3 条路径组成。路径 1: 社会支持→心理弹性→总体幸福感; 路径 2: 社会支持→亲职压力→总体幸福感; 路径 3: 社会支持→心理弹性→亲职压力→总体幸福感。3 个中介效应在总间接效应中的占比分别为 24.00%、60.00%、16.00%。

**Table 9.** Analysis of the mediating effects of the chain mediation model of resilience and parenting stress  
**表 9.** 心理弹性和亲职压力链式中介模型的中介效应分析

	间接效应值	Boot 标准误	95% CI	效应量
总间接效应	0.25	0.03	[0.21, 0.29]	
社会支持→心理弹性→总体幸福感	0.06	0.01	[0.04, 0.09]	24.00%
社会支持→亲职压力→总体幸福感	0.15	0.02	[0.12, 0.18]	60.00%
社会支持→心理弹性→亲职压力→总体幸福感	0.04	0.01	[0.02, 0.05]	16.00%



**Figure 2.** The chain mediating role of resilience and parenting stress in social support on overall well-being  
**图 2.** 心理弹性与亲职压力在社会支持对总体幸福感的链式中介作用

## 4. 讨论

本研究对数据进行分析发现, 家长幸福感、心理弹性处于一般水平、社会支持水平较低、亲职压力处于高水平, 分析了人口学变量在幸福感、社会支持、心理弹性和亲职压力上的差异, 也探讨社会支持对家长的总体幸福感作用机制, 并检验了心理弹性和亲职压力的链式中介作用。

### 4.1. 家长社会支持、心理弹性、亲职压力和总体幸福感现状

本研究中家长的幸福感和心理弹性处于一般水平、但社会支持水平较低、亲职压力处于高水平。Patterson 在家庭调整 and 适应反应模型(Family Adjustment and Adaption Response)基础上, 提出良好的社会支持是个体适应压力的重要条件(Patterson, 2002)。如果家长得到的社会支持较少, 他们不能顺利应付各种逆境, 保持良好的健康水平和足够的幸福感。为了提高家长的幸福感, 可构建针对服务家长全方位的社会支持系统, 为家长在面对压力或者困境时提高物质和精神支持。此外, 现实生活中的压力首先影响个体的生活态度和情感反应。如果体验到更多的负性情感, 个体将变得郁闷、焦虑, 无法体会到生活的快乐。而拥有健康心理的个体, 能够合理地调节不良环境或生活压力对心理的冲击, 使自己的情感体验和主观评价更加积极, 从而维持较高的主观幸福感(余国良, 靳娟娟, 2022)。

### 4.2. 人口统计学变量的影响

#### 4.2.1. 家庭角色差异

母亲的总体幸福感和社会支持总分高于父亲, 但母亲的亲职压力得分低于父亲, 这可能是由于不同

性别的分工以及不同性别的社会期望所导致的。之所以父母的社会支持存在差异,是因为东西方文化均认为女生更具人际敏感性,也更容易与他人建立良好的人际关系,因而能感受到更多的社会支持,而社会教育鼓励男性培养“自立自强”的品质(Nakhaie & Arnold, 2010),这导致男性的情感通常较为内敛,不善表达和感受,并且更愿意依靠自己的力量去解决问题。从社会文化上看,社会对于男性在事业上的期望值远远高于女性。人们通常把男性事业成就的大小作为其成功与否的标准;从家庭模式看,男性和女性承担着不同的家庭角色,男性以养家糊口为义不容辞的责任,将主要精力放在工作和提升社会地位上,而女性承担更多如抚养后代和家务劳动的责任。由于家庭角色的不同,男性通常被看作为家庭的主要经济来源,女性则被看作为孩子主要的抚养者,这也会引起不同家庭角色的幸福感和亲职压力的差异性(张薇, 2011)。

#### 4.2.2. 家长年龄差异

年龄在 31~50 岁家长幸福感、社会支持和心理弹性得分高于年龄在 20~30 岁的家长,年龄在 51 岁及以上的家长幸福感得分高于 20~40 岁的家长,且社会支持得分高于年龄在 20~30 岁的家长,这与杨继东和邹宏威(2021)的研究结果不一致,他们发现幸福感水平随年龄先下降后上升,在 40~50 岁达到谷底。年龄会影响人们的心理活动,年龄大的个体可能更容易进行情绪管理,更容易保持积极的情绪,更愿意确定相对容易的目标。因此,人到中年后,伴随着年龄增长,幸福水平上升(杨继东, 邹宏威, 2021)。此外,心理弹性的保护性因素如较低的家庭压力、社会经济条件优势等,能减轻不利环境的消极影响(马伟娜等, 2008)。我们推测可能是因为年龄大的家长经历过很多事情,获得很多的人生体验,他们的经济来源较为稳定,家庭压力降低,所以他们可以在面对困境时去获取资源,帮助自己排遣消极情绪,保持对生活的热爱,生活满意度高。

#### 4.2.3. 儿童年龄差异

抚养 7~16 岁儿童的家长的社会支持得分高于抚养 6 岁及以下儿童的家长。父母对儿童的控制可分三个阶段模式,分别是父母控制、共同控制和儿童控制,在 7~16 岁孩子身上,儿童处于共同控制和儿童自我控制模式,儿童也开始逐渐有了自己的同伴。根据社会联结理论,如果个体可以与周围的人和谐相处、关系良好,那么对周围的人的信任就自然而然的产生了,在以后遇到困难和挫折的时候会去积极的寻求一些支持和帮助,因此家长可以获取更多的社会资源帮助自己养育孩子。抚养 7~12 岁儿童的家长的心理弹性得分高于抚养 6 岁及以下和 13~16 岁儿童的家长,我们推测是因为 6 岁之前的儿童对父母存在依恋,父母要帮助孩子养成人性和形成观念,而 13~16 岁的儿童进入青春期,儿童希望挣脱父母的束缚,但是由于自己思想不成熟,与父母存在矛盾冲突,上述情况都会造成父母在养育孩子过程中心理弹性水平的变化。

#### 4.2.4. 文化程度差异

接受过大专和本科教育的家长在社会支持得分上高于接受过中专和高中教育的家长,接受过大专及以上教育的家长的心理弹性得分高于接受过初中及以下、中专和高中教育的家长,出现这种现象的原因可能是不同文化程度的家长资源获取和利用能力存在差异,情绪调控能力也不同(孙云瑞等, 2016)。石智雷和杨宇泽的研究(2020)证实了社会化机制(the socialization function)的作用,即教育本身能够提高个人抵抗负性情绪、压力的能力。具体而言,一方面,受教育程度更高的群体由于拥有更高的认知能力、掌控能力和解决问题的能力,从而更好地处理家庭与工作中出现的问题;并且高学历的个体往往更加注重身心健康,会养成良好的习惯,降低生理和心理疾病的产生,进而改善自己的心理健康状况;另一方面,受教育程度更高的个体往往有更高的收入与社会地位,从而拥有更多的资源来投资,并对生活表现出更高的满意度,从而减少心理健康和情绪方面的问题(Aneshensel, 1992; Pearlin, 1989; Mirowsky & Ross,

2003)。有研究发现,教育更多是通过改善个体的自我认知与自我管理能力从而增进个体的心理健康水平(石智雷,杨宇泽,2020),因此通过让家长接受教育也是改善其心理健康的途径之一。

### 4.3. 链式中介效应结果讨论

本研究通过链式中介模型探讨了社会支持如何影响家长幸福感的内部机制。链式中介效应结果表明,社会支持不仅能直接预测幸福感,而且还能通过心理弹性和亲职压力的链式中介作用预测幸福感。

首先,本研究发现社会支持正向预测总体幸福感,假设1得到验证,这符合社会支持理论,该理论提出社会支持对个体身心发展具有普遍的增益或缓冲作用,当个体面对压力事件时,社会支持会缓冲压力事件对个体健康影响,促进了幸福感水平的提升。心理弹性在社会支持与幸福感之间起中介作用,验证了假设2。社会支持能直接影响幸福感,社会支持和幸福感之间具有较高相关,更高的社会支持能让个体体验到更高的幸福感(杨哈韬,吴文媛,2009;王玉,2015)。前人研究发现,孤独症儿童家长的心理弹性在社会支持和生活质量的影响中起着部分中介作用(李力等,2021)。已有研究发现良好心理弹性的个体拥有更高的主观幸福感,心理弹性在应对方式和幸福感中起中介作用(崔红霞,张英俊,2013;Chen,2016),因此如果想提高家长的幸福感水平,除了提供社会支持外,还可以从提高个体面对应激情况能力的心理弹性水平着手,加强心理健康教育,培养良好的心理品质是提高幸福感的必要途径。

另外,本研究发现亲职压力在社会支持与幸福感之间起中介作用,验证了假设3。这一结果表明,社会支持还能通过亲职压力间接影响总体幸福感,这也意味着家长得到的社会支持越多,亲职压力减少,体验到的幸福感就越强,符合亲职压力理论模型。该模型认为,亲职压力受情境因素的影响较大,情境因素就包括社会支持,家庭关系等,良好的社会支持会降低心理压力(Kim & Choi, 2015)。陈奕荣等人(2022)在研究孤独症儿童父母主观幸福感时发现亲职压力在家庭亲密度和主观幸福感之间起着中介作用。高亲职压力影响孤独症儿童父母的身心健康、婚姻质量和主观幸福感(Johnson et al., 2011),这些结果都表明可以从改善家长的亲职压力入手来提升他们的幸福感水平。

此外,本研究发现心理弹性和亲职压力在社会支持与幸福感之间起链式中介作用,验证了假设4,效应值达到了总间接效应占比16%。这不仅证明了心理弹性和亲职压力对幸福感的作用,心理弹性水平较低家长在处理压力时能力有所欠缺,这会影响他们的心境,从而表现出了较低的幸福感和表明社会支持可通过增强心理弹性,降低亲职压力,进一步提高个体的幸福感。

## 5. 结论

家长总体幸福感、心理弹性得分处于一般水平、社会支持得分较低、亲职压力得分处于高水平。并且不同的家庭角色、家长年龄、抚养儿童的年龄、家长文化程度在幸福感、社会支持、心理弹性和亲职压力得分上具有差异性。社会支持不仅能直接预测总体幸福感,而且还能通过心理弹性和亲职压力的链式中介作用预测总体幸福感。

## 致 谢

在此感谢邝沛璇、赵雅萍、王澜、黄捷、何文豪同学参与到本研究的问卷调查工作与数据统计分析中!

## 参考文献

- 陈玮婷(2012). 亲职压力、社会支持与生活品质之关系研究:身心障碍者家长与普通家长之比较. *特殊教育研究学刊*, 37(3), 1-26.
- 陈奕荣,甘昭良,吴忠良,叶增编,邵华(2022). 家庭亲密度与孤独症儿童父母主观幸福感的关系:亲职压力的中介作

- 用. *现代特殊教育(高等教育研究)*, (2), 15-20.
- 崔红霞, 张英俊(2013). 心理弹性对家庭支持和主观幸福感的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 21(6), 869-872.
- 关文军, 颜廷睿, 邓猛(2015). 残疾儿童家长亲职压力的特点及其与生活质量的关系: 社会支持的中介作用. *心理发展与教育*, 31(4), 411-419.
- 贾继超, 刘金同, 王旸, 张燕, 陈洁(2014). 农村初中生主观幸福感及与自尊、社会支持的关系. *中国临床心理学杂志*, 22(3), 522-529.
- 孔凤, 王庭照, 李彩娜, 和娟, 王瑾, 游旭群(2012). 大学生的社会支持、孤独及自尊对主观幸福感的作用机制研究. *心理科学*, 35(2), 408-411.
- 李力, 王若辰, 梧州康, 那琳娜(2021). 社会支持对自闭症儿童家长生活质量的影响: 心理弹性的中介作用. *中国特殊教育*, (5), 31-36.
- 刘晓, 黄希庭(2010). 社会支持及其对心理健康的作用机制. *心理研究*, 3(1), 3-8, 15.
- 马伟娜, 桑标, 洪灵敏(2008). 心理弹性及其作用机制的研究述评. *华东师范大学学报(教育科学版)*, 26(1), 89-96.
- 倪俊伟, 李彦章, 康晓东(2017). 脑瘫儿童家长亲职压力与心理弹性、自尊的相关研究. *成都医学院学报*, 12(1), 92-96.
- 倪林英, 吴志民(2019). 开放教育学生金钱态度与主观幸福感的关系: 社会支持的中介作用. *心理学探新*, 39(3), 282-286.
- 邱俊杰, 郑剑虹(2021). 领悟社会支持与自闭症儿童父母幸福感的关系——心理韧性的中介作用. *岭南师范学院学报*, 42(6), 1-9.
- 任文香(1995). *幼儿母亲亲职压力、因应策略与亲子关系满意之关系研究*. 硕士学位论文, 台北: 台湾师范大学.
- 石智雷, 杨宇泽(2020). 高学历的人更容易抑郁吗?——教育对成年人抑郁情绪的影响. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (2), 148-160.
- 史光远, 崔丽霞, 雷雳, 郑日昌(2013). 大学生的压力、情绪与心理弹性. *中国心理卫生杂志*, 27(9), 703-708.
- 宋佳萌, 范会勇(2013). 社会支持与主观幸福感关系的元分析. *心理科学进展*, 21(8), 1357-1370.
- 孙仕秀, 关影红, 覃艳云, 张露, 范方(2013). 青少年社会支持与情绪行为问题的关系: 心理弹性的中介与调节作用. *中国临床心理学杂志*, 21(1), 114-118.
- 孙云瑞, 韩映虹, 曹凤(2016). 自闭症儿童父母情绪弹性现状调查. *中国健康心理学杂志*, 24(2), 292-296.
- 王玉(2015). 听障高中生感戴与主观幸福感: 社会支持的中介作用. *中国特殊教育*, (1), 35-38.
- 肖水源(1994). 《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用. *临床精神医学杂志*, 4(2), 98-100.
- 杨哈韬, 吴文媛(2009). 残疾人的主观幸福感和社会支持的研究. *社会心理科学*, (6), 71-74.
- 杨继东, 邹宏威(2021). “中年危机”的经济学分析. *劳动经济研究*, 9(3), 71-100.
- 叶艳, 范方, 陈世键, 张烨, 龙可, 唐凯晴, 王鹤(2014). 心理弹性、负性生活事件和抑郁症状的关系: 钢化效应和敏化效应. *心理科学*, 37(6), 1502-1508.
- 于肖楠, 张建新(2007). 自我韧性量表与 Connor-Davidson 韧性量表的应用比较. *心理科学*, 30(5), 1169-1171.
- 余国良, 靳娟娟(2022). 本体安全感: 心理健康研究的社会学取向. *河北学刊*, 42(2), 188-196.
- 张光珍, 王娟娟, 梁宗保, 邓慧华(2017). 初中生生活事件和心理弹性的相互作用关系. *中国临床心理学杂志*, 25(3), 531-535.
- 张薇(2011). *收入、性别与幸福感的关系研究——以上海居民为例*. 硕士学位论文, 上海: 复旦大学.
- 张羽, 邢占军(2007). 社会支持与主观幸福感关系研究综述. *心理科学*, 30(6), 1436-1438.
- Aneshensel, C. S. (1992). Social Stress: Theory and Research. *Annual Review of Sociology*, 18, 15-38. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.18.080192.000311>
- Chen, C. (2016). The Role of Resilience and Coping Styles in Subjective Well-Being among Chinese University Students. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25, 377-387. <https://doi.org/10.1007/s40299-016-0274-5>
- Gage, G. M., & Christensen, D. H. (1991). Parental Role Socialization and the Transition to Parenthood. *Family Relations*, 40, 332-337. <https://doi.org/10.2307/585020>
- Hastings, R. P. (2003). Child Behaviour Problems and Partner Mental Health as Correlates of Stress in Mothers and Fathers of Children with Autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 47, 231-237. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2788.2003.00485.x>



- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (2nd ed.). Guilford Press.
- Johnson, N., Frenn, M., Feetham, S., & Simpson, P. (2011). Autism Spectrum Disorder: Parenting Stress, Family Functioning and Health-Related Quality of Life. *Families, Systems, & Health, 29*, 232-252. <https://doi.org/10.1037/a0025341>
- Kim, K.-E., & Choi, J.-H. (2015). Sources of Parenting Stress for Mothers and Fathers of Young Children. *Indian Journal of Science and Technology, 8*, 1-8. <https://doi.org/10.17485/ijst/2015/v8i35/85924>
- Kitayama, S., & Park, H. (2007). Cultural Shaping of Self, Emotion, and Well-Being: How Does It Work? *Social and Personality Psychology Compass, 1*, 202-222. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00016.x>
- Lavee, Y., Sharlin, S., & Katz, R. (1996). The Effect of Parenting Stress on Marital Quality. An Integrated Mother-Father Model. *Journal of Family Issues, 17*, 114-135. <https://doi.org/10.1177/019251396017001007>
- Lin, C.-C., & Yeh, Y.-C. (2014). How Gratitude Influences Well-Being: A Structural Equation Modeling Approach. *Social Indicators Research, 118*, 205-217. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0424-6>
- Mirowsky, J., & Ross. (2003). *Education, Social Status, and Health*. Aldine De Gruyter.
- Nakhaie R., & Arnold R. (2010). A Four Year (1996-2000) Analysis of Social Capital and Health Status of Canadians: The Difference That Love Makes. *Social Science and Medicine, 71*, 1037-1044. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.05.033>
- Patterson, J. M. (2002). Integrating Family Resilience and Family Stress Theory. *Journal of Marriage and Family, 64*, 349-360. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Pearlin. (1989). The Sociological Study of Stress. *Journal of Health and Social Behavior, 30*, 241-256. <https://doi.org/10.2307/2136956>
- Ratelle, C. F., Simard, K., & Guay, F. (2013). University Students' Subjective Well-Being: The Role of Autonomy Support from Parents, Friends, and the Romantic Partner. *Journal of Happiness Study, 14*, 893-910. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9360-4>
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S., & Jeswani S. (2014). The Relationship between Social Support and Subjective Well-Being across Age. *Social Indicators Research, 117*, 561-576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2004). Cultural Constructions of Happiness: Theory and Empirical Evidence. *Journal of Happiness Studies, 5*, 223-239. <https://doi.org/10.1007/s10902-004-8785-9>
- Wu, C. L. (2008). The Review and Analysis of Related Research on Parenting Stress in Taiwan. *Journal of General Education Tainan University of Technology, 7*, 63-89.